

## بررسی ارتباط طول مدت خواب با سطح قند خون در بیماران دیابتی نوع ۲

سید امیر حسین ذهنی مقدم<sup>۱</sup>، دکتر مریم جوادی<sup>۲،۳</sup>، فؤاد علیمرادی<sup>۴\*</sup>، دکتر اصغر محمد پور اصل<sup>۵</sup>

<sup>۱</sup> کارشناس ارشد علوم بهداشتی در تغذیه، گروه تغذیه، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، قزوین، ایران

<sup>۲</sup> استادیار، گروه تغذیه، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، قزوین، ایران

<sup>۳</sup> استادیار، مرکز تحقیقات رشد کودکان، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، قزوین، ایران

<sup>۴</sup> کارشناس ارشد تغذیه، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی موثر بر سلامت، دانشگاه علوم پزشکی کردستان، سنندج، ایران

<sup>۵</sup> استادیار، دکتری اپیدمیولوژی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، قزوین، ایران

\* نشانی نویسنده مسؤول: سنندج، دانشگاه علوم پزشکی کردستان، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی موثر بر سلامت، فؤاد علیمرادی

E-mail: alimoradyf@yahoo.com

وصول: ۱۳۹۴/۳/۲۷، اصلاح: ۱۳۹۴/۴/۱۴، پذیرش: ۱۳۹۴/۸/۱۳

### چکیده

**زمینه و هدف:** بیماری دیابت مشکلی جهانی بوده و یکی از علل مهم ناتوانی و مرگ در جوامع امروزی است. برخی بررسی ها نشان داده اند که بین مدت خواب با سطح قند خون در بیماران دیابتی رابطه وجود دارد، اما این رابطه در مطالعات دیگر مورد تأیید قرار نگرفته است. از این رو مطالعه حاضر به منظور بررسی ارتباط طول مدت خواب با قند خون بیماران دیابتی نوع ۲ طراحی گردید.

**مواد و روش ها:** در این مطالعه مقطعی-تحلیلی ۲۴۴ بیمار مبتلا به دیابت نوع دو مراجعه کننده به مرکز غربالگری دیابت در جنوب تهران مورد بررسی قرار گرفتند. بعد از کسب رضایت نامه کتبی، اطلاعات دموگرافیکی، وضعیت خواب و نمونه خون از افراد گرفته شد. اطلاعات با استفاده از رگرسیون لجستیک تجزیه و تحلیل گردید.

**یافته ها:** از ۲۴۴ نمونه مورد بررسی تعداد ۶۸/۹ درصد (۱۶۸ نفر) زن و ۳۱/۱ درصد (۷۶ نفر) مرد بودند. میانگین کلی سن این افراد ۵۸/۳۰ ± سال بود. بررسی رابطه کنترل قند خون با ساعات خواب با تطبیق متغیرهای دموگرافیکی و مدت بیماری نشان داد که طول مدت خواب در روزهای عادی و روزهای تعطیل، با کنترل قند خون در افراد مورد مطالعه رابطه معنی داری ندارد ( $p > 0.05$ ).

**نتیجه گیری:** بین طول مدت خواب با قند خون ناشتا و هموگلوبین A1c در بیماران دیابتی نوع ۲ رابطه وجود ندارد. انجام مطالعات طولی در این زمینه توصیه می گردد.

**واژه های کلیدی:** دیابت نوع ۲، خواب، قند خون ناشتا، هموگلوبین A1c